

Link: <https://www.elmercurio.com/Campo/Noticias/Noticias/2025/01/06/protoger-trabajadores-bajo-sol.aspx>

Asegurar ropa adecuada, 3 litros de agua fresca por persona al día, ventilación natural y espacios sombreados son algunas de las medidas que los agricultores deberán incorporar para evitar que las altas temperaturas provoquen daños a la salud de sus trabajadores. Más allá de que el pasado sábado 21 de diciembre comenzó oficialmente el verano en todo el país, las altas temperaturas -y radiación- ya vienen golpeando de manera muy intensa, especialmente en la zona centro-sur.

Y con los termómetros marcando más de 30 grados durante varios días es clave que en los campos se tomen medidas para proteger a los trabajadores, especialmente a aquellos que tienen que desarrollar sus labores a pleno sol.

Precisamente por eso, en noviembre del 2023, la Dirección del Trabajo (DT) y la Superintendencia de Seguridad Social (Suceso) establecieron 17 medidas para fortalecer el cuidado de los trabajadores que desempeñen sus funciones en condiciones de altas temperaturas.

Dichas medidas vienen de la mano con un programa de fiscalización activo anunciado por la DT en noviembre de 2024, que se comenzó a aplicar en diciembre y que continuará hasta marzo de 2025, especialmente en los rubros de la construcción, el transporte y la agricultura.

Las normas, en general, buscan generar condiciones que no solo apunten a que los trabajadores estén confortables, sino también a evitar riesgos como deshidratación, quemaduras de sol o incluso golpes de calor, como los que pueden provocar las eventuales olas de calor.

Las normativas establecen, entre otras cosas, que los empleadores deberán considerar medidas que contengan planes de hidratación que aseguren al menos 3 litros de agua fresca por persona al día; disponibilidad de ropa adecuada para protegerse del sol y bloqueador solar, ventilación natural en los espacios cerrados y espacios sombreados en los campos. Además, se recomienda realizar una planificación de las tareas más exigentes en los horarios de menor calor, sumado a una capacitación sobre medidas preventivas y sistemas de monitoreo de condiciones climáticas. De no contar con los implementos o no cumplir con las recomendaciones, los empleadores se expondrán a multas que pueden variar entre 4 hasta 60 UTM. “Está temporada tendrá cifras récord de cosechas de uvas y cerezas. La proyección de carozos es muy buena y los cítricos tendrán un importante despegue.

Por lo mismo, la implementación de mejores prácticas toma un especial realce, ya que habrá un aumento de trabajadores de temporada en los campos que estarán expuestos a un calor extremo, tal como se ha anunciado para este verano”, sostiene Rodrigo Sotomayor, subdirector de Gestión Técnica del Servicio Agrícola y Ganadero.

Medidas de protección Dado que uno de los objetivos es que el trabajador esté cómodo y no se arriesgue a, por ejemplo, deshidratarse, cuando se trata de espacios cerrados, se aconseja buscar reducir la temperatura favoreciendo la ventilación natural, usando aire acondicionado, ventiladores u otro medio similar. En el campo, en tanto, se propone obliga a contar con espacios sombreados para las horas de descanso, en el caso de no existir estas en forma natural, así como también incorporar ayudas que faciliten el trabajo, cuando es de alta exigencia física. “No hay una temperatura mágica e idónea para trabajar en el campo, pero cuando tenemos niveles cercanos a una temperatura confort que se acerque a los 22 o 23 grados, es lo ideal para tener una rápida recuperación después de trabajar a altas temperaturas”, comenta Óscar Melo, ingeniero agrónomo y docente de la Facultad de Agronomía y Sistemas Naturales de la **Universidad Católica**. Según Rodrigo Sotomayor, una opción es la cosecha mecanizada. “Exige una planificación desde la plantación con una distancia sobre hilera más densa y una distancia entre hileras que permita el tránsito de la maquinaria. Hoy en día hay cultivos que se cosecha prácticamente todo de forma mecánica como los olivos”. De esta forma, se puede limitar el uso de implementos que son pesados, disminuyendo los riesgos. Adaptar horarios También, las medidas proponen que, de ser posible, se adapten los horarios de trabajo para evitar realizar labores en las horas más calurosas.

“En la región de O’Higgins se ha visto que parten entre las 5-6 de la mañana cosechando con la primera luz del día y ahí trabajan no más del mediodía, hasta las 12 y media o 13 horas. Después de eso comienzan los horarios más calurosos”, puntualiza Rodrigo Sotomayor, subdirector de Gestión Técnica de Personas del Servicio Agrícola y Ganadero. Por otra parte, los expertos consideran de vital importancia planificar pausas de descanso al menos cada 45 minutos de trabajo, pudiendo aumentar su frecuencia en casos donde el esfuerzo físico sea mayor. “Estas pausas de descanso deberán realizarse en

Cómo proteger a los trabajadores ante el calor

16:00, 6 de enero de 2025, Fuente: El Mercurio Campo



Asegurar ropa adecuada, 3 litros de agua fresca por persona al día, ventilación natural y espacios sombreados son algunas de las medidas que los agricultores deberán incorporar para evitar que las altas temperaturas provoquen daños a la salud de sus trabajadores. Más allá de que el pasado sábado 21 de diciembre comenzó oficialmente el verano en todo el país, las altas temperaturas -y radiación- ya vienen golpeando de manera muy intensa, especialmente en la zona centro-sur. Y con los termómetros marcando más de 30 grados durante varios días es clave que en los campos se tomen medidas para proteger a los trabajadores, especialmente a aquellos que tienen que desarrollar sus labores a pleno sol. Precisamente por eso, en noviembre del 2023, la Dirección del Trabajo (DT) y la Superintendencia de Seguridad Social (Suceso) establecieron 17 medidas para fortalecer el cuidado de los trabajadores que desempeñen sus funciones en condiciones de altas temperaturas. Dichas medidas vienen de la mano con un programa de fiscalización activo anunciado por la DT en noviembre de 2024, que se comenzó a aplicar en diciembre y que continuará hasta marzo de 2025, especialmente en los rubros de la construcción, el transporte y la agricultura. Las normas, en general, buscan generar condiciones que no solo apunten a que los trabajadores estén confortables, sino también a evitar riesgos como deshidratación, quemaduras de sol o incluso golpes de calor, como los que pueden provocar las eventuales olas de calor. Las normativas establecen, entre otras cosas, que los empleadores deberán considerar medidas que contengan planes de hidratación que aseguren al menos 3 litros de agua fresca por persona al día; disponibilidad de ropa adecuada para protegerse del sol y bloqueador solar, ventilación natural en los espacios cerrados y espacios sombreados en los campos. Además, se recomienda realizar una planificación de las tareas más exigentes en los horarios de menor calor, sumado a una capacitación sobre medidas preventivas y sistemas de monitoreo de condiciones climáticas. De no contar con los implementos o no cumplir con las recomendaciones, los empleadores se expondrán a multas que pueden variar entre 4 hasta 60 UTM. “Está temporada tendrá cifras récord de cosechas de uvas y cerezas. La proyección de carozos es muy buena y los cítricos tendrán un importante despegue. Por lo mismo, la implementación de mejores prácticas toma un especial realce, ya que habrá un aumento de trabajadores de temporada en los campos que estarán expuestos a un calor extremo, tal como se ha anunciado para este verano”, sostiene Rodrigo Sotomayor, subdirector de Gestión Técnica del Servicio Agrícola y Ganadero. Medidas de protección Dado que uno de los objetivos es que el trabajador esté cómodo y no se arriesgue a, por ejemplo, deshidratarse, cuando se trata de espacios cerrados, se aconseja buscar reducir la temperatura favoreciendo la ventilación natural, usando aire acondicionado, ventiladores u otro medio similar. En el campo, en tanto, se propone obliga a contar con espacios sombreados para las horas de descanso, en el caso de no existir estas en forma natural, así como también incorporar ayudas que faciliten el trabajo, cuando es de alta exigencia física. “No hay una temperatura mágica e idónea para trabajar en el campo, pero cuando tenemos niveles cercanos a una temperatura confort que se acerque a los 22 o 23 grados, es lo ideal para tener una rápida recuperación después de trabajar a altas temperaturas”, comenta Óscar Melo, ingeniero agrónomo y docente de la Facultad de Agronomía y Sistemas Naturales de la Universidad Católica. Según Rodrigo Sotomayor, una opción es la cosecha mecanizada. “Exige una planificación desde la plantación con una distancia sobre hilera más densa y una distancia entre hileras que permita el tránsito de la maquinaria. Hoy en día hay cultivos que se cosecha prácticamente todo de forma mecánica como los olivos”. De esta forma, se puede limitar el uso de implementos que son pesados, disminuyendo los riesgos. Adaptar horarios También, las medidas proponen que, de ser posible, se adapten los horarios de trabajo para evitar realizar labores en las horas más calurosas. “En la región de O’Higgins se ha visto que parten entre las 5-6 de la mañana cosechando con la primera luz del día y ahí trabajan no más del mediodía, hasta las 12 y media o 13 horas. Después de eso comienzan los horarios más calurosos”, puntualiza Rodrigo Sotomayor, subdirector de Gestión Técnica de Personas del Servicio Agrícola y Ganadero. Por otra parte, los expertos consideran de vital importancia planificar pausas de descanso al menos cada 45 minutos de trabajo, pudiendo aumentar su frecuencia en casos donde el esfuerzo físico sea mayor. “Estas pausas de descanso deberán realizarse en

lugares sombreados y frescos y que cuenten con disponibilidad de agua fresca para el consumo”, sostiene Sotomayor.

El experto también recomienda modificar los ciclos de trabajo/descanso para incrementar la duración de los periodos de descanso si no es posible evitar el trabajo de alta exigencia física durante las horas de más calor o en periodos de olas de calor. “Utilizando el pronóstico del tiempo, los agricultores pueden anticiparse a los días más calurosos y con esa información pueden planificar labores de manera de partir temprano o terminar antes también”, analiza Óscar Melo.

Al mismo tiempo, se aconseja informar de forma oportuna, a todos los trabajadores, cada vez que la Dirección Meteorológica de Chile o el Servicio Nacional de Prevención y Respuesta Ante Desastres emitan alertas por altas temperaturas o temperaturas extremas. Óscar Melo agrega que “es recomendable ir cambiando o postergando, dentro de lo posible, algunas labores con el fin de evitar estar en exposición en las horas de mayor calor.

Algo que no siempre es posible dado que hay tiempos en las labores agrícolas que hay que cumplir, pero si saben que vienen olas en dos o tres días, quizás se puede anticipar o postergar parte del trabajo”. Sin embargo, una actividad no aconsejable es trabajar en horarios nocturnos.

“Hay estudios que han mostrado que traspasar el trabajo del día a la noche en el campo no es recomendable porque aumenta el riesgo de accidentes y al final termina empeorando las consecuencias de la salud en los trabajadores”, complementa Melo.

Asimismo, las medidas exigen que el agricultor garantice la vigilancia de la salud de las personas trabajadores con atención preferente a aquellas especialmente sensibles: con problemas cardiovasculares, respiratorios, renales, diabetes, obesos o mayores de 55 años.

Atención a la hidrataciónDado que el calor puede provocar deshidratación en los trabajadores, la norma establece que se debe disponer de un plan de hidratación, el cual debe contemplar proveer, mantener y asegurar durante todo el día el abastecimiento de agua(con temperatura del agua que oscile entre los 10°C y 16°C) y en cantidades suficiente que permita el consumo cada 15 a 20 minutos. Esto debe contemplar la cantidad de litros necesarias para todas las personas que estén trabajando. “Es importante que el agua sea lo suficientemente fresca, es recomendable considerar al menos 3 litros por persona para mantener un abastecimiento eficiente”, recomienda Rodrigo Sotomayor.

Los recipientes que contengan el agua para beber deben mantenerse en condiciones higiénicas adecuadas (especificado en el artículo 15 del D.S. 594/99 del Ministerio de Salud), y sobre alguna estructura que evite el contacto directo con el suelo, debiendo ser extraída mediante llaves y no pudiendo estar a más de 75 metros de distancia respecto de los lugares donde las personas se encuentren trabajando. A los trabajadores que deban desplazarse dentro del predio o hacia otros campos durante su jornada diaria de trabajo, deberá dotárseles de un recipiente portátil individual que permita mantener el agua fresca.

Atención entre todosDado que el impacto del calor y del sol muchas veces no es perceptible fácilmente -o incluso producto del mismo no se alcanza a tomar conciencia de que ha tenido un efecto- una de las medidas se enfoca en capacitar a los trabajadores sobre los signos y síntomas de agotamiento por calor y golpe de calor y las medidas preventivas correspondientes.

Como en la mayoría de los campos aumenta considerablemente la cantidad de personas durante la temporada, los expertos apuntan a implementar un sistema de verificación entre compañeros o realizar verificaciones periódicas para asegurarse de que las personas estén tomando agua, bajo la sombra y no presenten síntomas relacionados con el calor. Por lo mismo, es importante no realizar trabajos en aislamiento o en solitario por parte de los trabajadores o temporeros.

Las medidas mencionadas, también establecen que los trabajadores deberán tener un mayor consumo en la cantidad de frutas y verduras que aporten agua al organismo (manzana, sandía, etc.) y disminuir alimentos que tienen efectos diuréticos, tales como el té, café, entre otros.

Tipo de ropa y uniformeEn cuanto al tipo de ropa a utilizar, el Gobierno estableció que se deberá utilizar corresponderá a prendas holgadas, evitando prendas ajustadas, para permitir una buena movilidad, y ser transpirables, para que haya una buena regulación térmica del cuerpo. “Los tejidos adecuados son aquellos que contienen un alto porcentaje de fibras naturales en su composición, tales como el algodón”, agrega Rodrigo Sotomayor.

Además, especifica que “ya no basta con el sombrero tradicional del campo, hoy en día se ocupa un tipo de sombrero que tiene un nombre especial de la legión francesa, tienen por nombre legionarios y son fundamentales ya que también dan protección al cuello”. Las medidas establecen la obligación de contar con bloqueador solar desde el factor SPF 30, que se deberá tener en cantidad suficiente para todos los trabajadores que estén en el campo. Óscar Melo estima conveniente “usar bloqueador solar de las graduaciones más altas, hay que entender se va absorbiendo y por tanto, va perdiendo su efecto. Es relevante que los trabajadores tengan acceso a este durante todo el día”. Por su parte, Sotomayor esgrime que “se recomienda utilizar un protector que vaya desde el factor 50 en adelante, lo que quiere decir que tardará 50 veces más en quemarse la piel en comparación a no utilizar protección”.